Madrid • Barcelona • Bilbao • Sevilla • Zaragoza
www.teaediciones.com

Animales rabiosos

Un juego para enseñar a los niños a expresar adecuadamente la ira

Katelyn Mariah

Introducción

Este juego terapéutico, diseñado específicamente para su uso por parte de psicólogos, terapeutas, orientadores y educadores, enseña a los niños cómo reaccionar ante la ira de una manera adecuada y saludable. Las tarjetas del juego presentan situaciones relacionadas con la conducta, la responsabilidad, los conflictos, la rivalidad entre hermanos y las relaciones con compañeros, padres y profesores. Cada una de las situaciones planteadas genera potencialmente sentimientos de ira. Los jugadores deben elegir de entre tres opciones cuál consideran la mejor respuesta o actuación ante las circunstancias descritas.

A medida que avanzan por el tablero de juego, los niños aprenden que la ira es un sentimiento natural, ni bueno ni malo. Descubren que lo que importa es la forma en que se expresa dicha ira. *Animales rabiosos* estimula a los jóvenes a:

- Pensar en las cosas que les enfurecen.
- Explorar diferentes formas de reaccionar ante la ira.
- Hacer una "pausa" cuando es necesario.
- Afrontar la solución de problemas de forma creativa.
- Redirigir la agresión.
- Comunicarse de manera eficaz con sus compañeros y con los adultos.

Copyright © 2009, by WESTERN PSYCHOLOGICAL SERVICES
Copyright © de la edición española 2011 by TEA Ediciones, S. A., Madrid, España.

Quedan rigurosamente prohibidas sin la autorización escrita de los titulares del copyright, bajo las sanciones establecidas en las leyes, la reproducción total o parcial de esta obra por cualquier medio o procedimiento, comprendidos la reprografía y el tratamiento informático, y la distribución de ejemplares de ella mediante alquiler o préstamo públicos.

Edades

De 5 a 10 años.

Número de jugadores

De 2 a 6 jugadores o equipos, con la participación de un profesor, orientador o terapeuta.

Materiales

1 tablero de juego

6 peones de animales rabiosos con soporte:

Sapo gruñón	Comadreja enojada
Puerco rabioso	Mapache malhumorado
Cangrejo colérico	Oso hormiguero furioso

70 tarjetas de Problemas y opciones

25 Tarjetas de felicitación (5 de ellas en blanco)

24 Tarjetas de ejercicios de entrenamiento (4 de ellas en blanco)

Instrucciones del juego

1. Abra el tablero y colóquelo sobre una mesa u otra superficie lisa. Sitúe las tarjetas *¡Felicítate!* y *Ejercicios de entrenamiento* boca abajo sobre los espacios designados del tablero. (El profesional conserva las tarjetas Problemas y opciones).
2. Pida a cada jugador que escoja un animal, lo coloque en un soporte y lo sitúe sobre el *Volcán de la ira,* que es la casilla de comienzo.
3. Diga a los jugadores que el primero en jugar será el Cangrejo colérico y después continuarán los restantes jugadores siguiendo el sentido de las agujas del reloj.
4. Tome una tarjeta Problemas y opciones y lea en voz alta al primer jugador (Cangrejo colérico) el texto que aparece en la cara de Problemas y opciones. Pídale que escoja la opción que considere más adecuada. Luego dé la vuelta a la tarjeta y lea la evaluación correspondiente a esa opción (¿Es correcta tu solución?). El jugador deberá mover su peón según se le indique.
5. Continúe el juego leyendo una nueva tarjeta Problemas y opciones al siguiente jugador y siguiendo los mismos pasos.
6. Casilla *Ejercicios de entrenamiento*. Cuando un jugador cae en esta casilla debe robar una tarjeta del montón correspondiente y hacer lo que se diga en ella.
7. Casilla *¡Felicítate!* Cuando un jugador cae en esta casilla debe robar una tarjeta del montón correspondiente y leerla en voz alta.
8. Casilla *Una buena forma de expresar la ira*. Cuando un jugador cae en esta casilla, debe tratar de encontrar una forma sana de expresar la ira y describírsela a los demás. Si lo hace correctamente avanzará dos casillas; si no, permanecerá en el mismo sitio hasta el siguiente turno.
9. La *Tienda de campaña*. Cuando un jugador es enviado a esta casilla debe llevar allí su peón y esperar un turno sin jugar. Cuando le toque de nuevo deberá devolver su peón a la casilla que ocupaba anteriormente y continuar jugando. Si observase que a los jugadores más pequeños les cuesta recordar dónde se encontraban, déles un botón, una goma u otro objeto pequeño que puedan dejar en su casilla mientras pasan un turno en la Tienda de campaña.
10. Tarjetas en blanco. Se han incluido varias tarjetas en blanco con el fin de que el profesional o los jugadores puedan crear nuevas tarjetas de Ejercicios de entrenamiento o ¡Felicítate!
11. El juego finaliza cuando todos los jugadores han llegado a la Playa de la tranquilidad. Anime a los jugadores que hayan terminado a participar en los comentarios con los que aún están jugando.

Observación

Aunque *Animales rabiosos* es un juego que suele resultar ameno y divertido, pueden surgir algunos sentimientos incómodos. Permita que los jugadores comenten y hablen sobre estos sentimientos y no tenga prisa por terminar el juego. Lo más importante es que puedan explorar las emociones que aparecen. Después de leer cada una de las tarjetas Problemas y opciones, puede fomentar el debate planteando alguna de las siguientes preguntas:

- ¿Te ha ocurrido esto alguna vez?
- ¿Cómo te sentiste?
- ¿Qué más podías haber hecho en esa situación?
- ¿Por qué esa solución no es adecuada?

El debate asegura que los jugadores entienden la diferencia entre las expresiones de ira positivas y las negativas. Si por norma los niños escogen las opciones de respuesta correctas, no pasa nada porque en el proceso están internalizando las respuestas sanas y aprendiendo cómo usarlas en el colegio, en casa y en otros ambientes.